

## OD 7.1. - 11.1.2019 Alergeny

- PONDĚLÍ** *Přesnídávka* : houska, pom. tvarohová s vejci, bílá káva, jablko 1a,3,7  
*Oběd* : polévka rajčatová s těstovinou 9,1a  
Rybí filé na másle s bylinkami, bramborová kaše, 4,7  
míchaný kompot, voda s citronem  
*Svačina MŠ* : celozrnný chleba, máslo, zeleninové hranolky, mléko 1a,b,6,11,7  
*Svačina ZŠ* : domácí makovník, kakao, jablko 1a,8,3,7
- ÚTERÝ** *Přesnídávka* : grahamový rohlík, tuňáková pom., kapie, čaj multivitamin 1a,4,7  
*Oběd* : polévka zimní zeleninová 9,1d  
Kuře a la bažant, jasmínová rýže, 1a,9  
salát z červené řepy, 100% džus  
*Svačina MŠ* : kakaové cereálie, bílý jogurt, mléko, banán 1a,7  
*Svačina ZŠ* : pečivo bílé, tuňáková pomazánka, kapie, pórek, čaj ovocný 1a,4,7
- STŘEDA** *Přesnídávka* : žitný chleba, pom. z kuřecího masa, zelená cib., capuccino 1b,a,7,10  
*Oběd* : polévka hrachová 9  
Tvarohové špalíčky s ovocnou omáčkou, 1a,7,3  
mléko, voda s ovocem, jablko  
*Svačina MŠ* : houska, sýr žervé, rajče, šípkový čaj s medem 1a,7  
*Svačina ZŠ* : fit houska, pom.z kuřecího masa, zelená cib., bílá káva 1a,b,7,10,11
- ČTVRTEK** *Přesnídávka* : obložená houska (sýr,vejce,zelenina), kakao 1a,7,3  
*Oběd* : polévka pórková s kuskusem 9,1a  
Krutí filety na kari, vařené brambory, 7,9  
zelný salát s křenem, voda s citrusy  
*Svačina MŠ* : pudink s vločkami a piškoty, 100% džus 7,1d,1a,3  
*Svačina ZŠ* : obložená bagetka (sýr, vejce, zelenina), ovocný nápoj 1a,7,3
- PÁTEK** *Přesnídávka* : chleba, cizrnová pom., okurka, bílá káva 1a,6,7,10  
*Oběd* : polévka zeleninový vývar s bulgurem a pohankou 9,1a  
Labužnický guláš, přílohové těstoviny, 7,9,1a  
ovocný čaj, mandarinka  
*Svačina MŠ* : vánočka s máslem, čaj horká hruška, jablko 1a,3,7  
*Svačina ZŠ* : smetanový tvarohový krém, vánočka, zimní punč 7,1a,3,7

Všechna jídla jsou určena o okamžitě spotřebě !!!

V rámci pitného režimu mají děti vždy k dispozici nesladkou a nemléčnou variantu nápoje a vodu ochucenou pouze ovocem.

Sestavila: Tvardková Marta